

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Гимназия №40»
Приволжского района г. Казани**

Принята
На заседании Педагогического совета
«26» августа 2020 г.
Протокол № 1



**Рабочая программа дополнительного образования
спортивно-оздоровительной направленности
«Навстречу ГТО!»**

МБОУ «Гимназия №40» Приволжского района г. Казани

**Автор-составитель: Утятникова Людмила Германовна,
педагог дополнительного образования**

г. Казань, 2020

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Навстречу ГТО» разработана в соответствии с требованиями Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утвержден приказом Министерства образования РФ от 17.12.2010 года № 1897), Положения о рабочей программе курса внеурочной деятельности, Рабочей программы по физической культуре для образовательных организаций. 5-9 классы (Автор В.И. Лях «Физическая культура») – М.: Просвещение, 2015, Положения о Всероссийском физкультурно спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО), Приказа Министерства спорта РФ № 575 от 08.07.2014 г. «Об утверждении государственных требований к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). Цель курса внеурочной деятельности «ГТО» — формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. А также устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Основные задачи курса:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- подготовка к выполнению обучающихся различных возрастных групп (от 11 до 15) установленных нормативных требований по трем уровням трудности; • формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;
- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности. Ориентируясь на решение задач образования школьников, программа внеурочного курса «ГТО» в своем предметном содержании направлен на:
 - реализацию принципа вариативности, который лежит в основе планирования учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивная пришкольная площадка, стадион), региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения (городская школа);
 - реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;
 - соблюдение дидактических правил от простого к сложному, которые лежат в основе планирования учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
 - усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями. Общая характеристика предмета. Здоровье нации — категория политическая, определяющая социальную стабильность. От него зависит трудовой потенциал страны и ее обороноспособность. Только здоровые люди могут производить материальные блага, успешно учиться и стать работоспособными специалистами. Без них невозможен ни научно-технический прогресс, ни успехи в экономике и других отраслях хозяйствования. На сегодняшний день в школе остро стоит проблема сохранения здоровья. В погоне за интеллектуальным развитием теряется фундаментальная основа для гармоничного развития личности – ее физическое и духовное здоровье. В соответствии с Постановлением Правительства Российской Федерации в стране осуществляется эксперимент по модернизации образовательного процесса, цель которого не только в повышении качества образования, но и в укреплении здоровья учащихся. Без определенного объема постоянной

двигательной активности человек не сможет продуктивно трудиться, быть здоровым и счастливым. Мышечная деятельность как самый естественный и сильный раздражитель, способный изменить состояние организма человека, играет особую роль в становлении важнейших механизмов его жизнедеятельности. Люди, сознательно относящиеся к физическому самовоспитанию, более сильны в интеллектуальном и физическом плане, легче переносят все социальновыгодные неудобства. «Всесоюзный физкультурный комплекс ГТО» является основой нормативных требований к физической подготовке учащейся, определяющей уровень физической готовности молодежи к труду и обороне Родины. Вместе с Единой Всесоюзной спортивной классификацией комплекс ГТО играет основополагающую роль в системе нормативных оценок физической подготовки подрастающего поколения. Подготовка молодежи к выполнению требований и сдаче нормативов комплекса ГТО обеспечивается систематическими занятиями по программам физического воспитания в учебных заведениях, пунктах начальной военной подготовки, спортивных секциях, группах общей физической подготовки и самостоятельно. Всесоюзный физкультурный комплекс "Готов к труду и обороне СССР" (ГТО) состоит из:

а) БГТО - 1 ступени - для учащихся 1 - 3 (4) классов школы;

БГТО - 2 ступени - для учащихся 4 (5) и 8 (9) классов школы;

ГТО - 1 ступени - для учащихся 9 - 10 (11) классов школы, профтехучилищ, средних специальных учебных заведений, трудящейся молодежи до 18-летнего возраста;

ГТО - 2 ступени - для студентов и трудящейся молодежи 18 - 27 лет.

Выполнение требований осуществляется в течение учебного года. Соревнования по видам испытаний на быстроту, силу и выносливость проводятся в конце учебного года в течение одного дня. К сдаче нормативов комплекса ГТО допускаются лица, систематически посещающие занятия, имеющие положительные оценки по физической культуре и предварительно сдавшие требования соответствующих ступеней комплекса. Лицам, выполнившим нормативы и требования комплекса ГТО, вручаются удостоверения и значки соответствующих ступеней установленного образца. Место учебного курса в учебном плане. Курс «Мой любимый ГТО» изучается в 5-7 классе из расчета 1ч. в неделю, 5кл-34ч, 6кл.-34ч, 7кл- 34ч.8кл-34ч, 9кл-34ч. (всего 170ч). Личностные и мета предметные результаты освоения курса внеурочной деятельности Личностные результаты отражаются в готовности учащихся к саморазвитию индивидуальных свойств личности, которые приобретаются в процессе подготовки к выполнению нормативов ВФСК «ГТО». Они включают в себя основы гражданской идентичности, сформированную мотивацию к обучению и познанию в сфере физической культуры, умения использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения лично значимых результатов в физическом совершенстве. Личностными результатами, формируемыми при реализации программы «Мой любимый ГТО», являются:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы, воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей. Мета предметные результаты отражаются в умении самостоятельно определять цели и задачи своей деятельности и подготовки к выполнению нормативов, планировать пути достижения целей, соотносить свои действия с планируемыми результатами, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности, работать индивидуально и в группе, разрешать конфликты. В соответствии с ФГОС ООО мета предметные результаты включают в себя универсальные учебные действия (УУД). Выделяются три группы универсальных учебных действий: регулятивные, познавательные, коммуникативные. Регулятивные УУД:

- умение самостоятельно определять цели своей деятельности, ставить и формулировать новые задачи во внеурочной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения поставленной задачи, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора во внеурочной деятельности. Познавательные УУД:
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения поставленных задач;
- формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации. Коммуникативные УУД:
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками;
- умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;
- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (ИКТ). Основным инструментарием для оценивания результатов является Приказ Министерства спорта РФ № 575 от 08.07.2014 г. «Об утверждении государственных требований к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Литература:

1. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы Лях В.И. и Зданевич А.А. – Москва: Просвещение, 2011 г.
«Настольная книга для учителя физической культуры». Автор - составитель Г.И.Погодаев.
- 3.Примерная программа по учебным предметам (физическая культура), начальная школа, вторая часть. Москва: Просвещение, 2011 (Стандарты второго поколения).
- 4.Физическая культура: 1- 4 классы для общеобразовательных учреждений./ В. И. Лях. – Москва: Просвещение. 2013г.
- 5.Физическая культура 6-7 классы А.П. Матвеева Москва Просвещение 2015 год.
- 6.Программа «Бадминтон» Бирюлина О.В. 2013 год.
- 7.Программа «Народные игры» Ахмедвелиева А.И. 2010 год.
- 8.Рабочие программы «Физическая культура» 5-9 классы А.П. Матвеев 2012 год. Барчукова, Г.В. Физическая культура: настольный теннис: Учебное пособие / Г.В. Барчукова, А.Н. Мизин. - М.: Советский спорт, 2015. - 312 с.
9. Бишаева, А.А. Физическая культура: Учебник для учреждений нач. и сред. проф. образования / А.А. Бишаева. - М.: ИЦ Академия, 2012. - 304 с.
10. Виленский, М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: Учебное пособие / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. - М.: КноРус, 2013. - 240 с.
11. Виноградов, П.А. Физическая культура и спорт трудящихся / П.А. Виноградов, Ю.В. Окуньков. - М.: Советский спорт, 2015. - 172 с.
- 12 Виноградов, П.А. Физическая культура и спорт в Российской Федерации в цифрах (2000-2012 годы). / П.А. Виноградов, Ю.В. Окуньков. - М.: Советский спорт, 2013. - 186 с.
13. Дианов, Д.В. Физическая культура. Педагогические основы ценностного отношения к здоровью / Д.В. Дианов, Е.А. Радугина, Е Степанян. - М.: КноРус, 2012. - 184 с.

14. Евсеев, С.П. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения: Учебное пособие / С.П. Евсеев и др. - М.: Советский спорт, 2014. - 298 с.

Учебно-тематический план

№ п/п	название раздела, темы	количество часов			форма аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
1.	ОФП	8	2	6	
2.	Специальная подготовка	16	4	12	
3.	Техническая подготовка	24	4	20	
4.	Тактическая подготовка	21	4	17	

Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятий	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь	02	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Беседа «История создания ГТО? Ступени современного ГТО». Инструктаж по технике безопасности	спортзал	ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ
2	сентябрь	09	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Строевые упражнения Развитие двигательных качеств (бег, метание). Бег 60 метров. Бег с ускорением	спортзал	ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ
3	сентябрь	09.10	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Легкая атлетика развитие двигательных качеств (бег, метание), Бег 1,5км. Высокий старт.5-10м.	спортзал	ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ
4	сентябрь	09.15	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	ОРУ без предметов	спортзал	ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ

5	сентябрь	09.17	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	ОРУ без предметов	спортзал	САМО-КОНТРОЛЬ
6	сентябрь	09.22	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Подвижные игры и эстафеты	спортзал	игра
7	сентябрь	09.23	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Подвижные игры и эстафеты	спортзал	игра
8	сентябрь	09.24	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Подвижные игры и эстафеты	спортзал	игра
9	сентябрь	09.30	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Легкая атлетика развитие двигательных качеств (бег, метание.).Подтягивание из виса на высокой перекладине (мальчики), Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине (девочки).	спортзал	соревновательный
10	октябрь	10.1	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Легкая атлетика развитие двигательных качеств (бег, метание) Подтягивание из виса на высокой перекладине (мальчики), Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине (девочки)	спортзал	соревновательный
11	октябрь	107	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Баскетбол .Ведение мяча правой левой рукой	спортзал	игра
12	октябрь	10.8	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Передача мяча	спортзал	САМО-КОНТРОЛЬ
13	октябрь	10.14	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Передача мяча	спортзал	САМО-КОНТРОЛЬ

14	октябрь	10.15	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Легкая атлетика развитие двигательных качеств (бег, метание) Метание мяча 150гр.на дальность	Спортплощадка	соревновательный
15	октябрь	10.21	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Спортивный праздник «Мой друг ГТО».	спортзал	соревнования
16	октябрь	10.22	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Баскетбол .Передача мяча	спортзал	игра
17	октябрь	10.28	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Спортивные игры на развитие быстроты и гибкости	спортзал	соревновательный
18	октябрь	10.29	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Баскетбол .Ловля и передача мяча	спортзал	соревновательный
19	ноябрь	11.05	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Спортивные игры на развитие быстроты и гибкости.. Применяют разученные упражнения для развития быстроты и гибкости.	спортзал	САМО- КОНТРОЛЬ
20	ноябрь	11.11	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Баскетбол. Штрафной бросок.	спортзал	игра
21	ноябрь	12.11	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Гимнастика (акробатические упражнения) . Перекаты и кувырки вперед:	спортзал	ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ
22	ноябрь	18	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Гимнастика (акробатические упражнения) Кувырок вперед в стойку на лопатках..	спортзал	ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ
23	ноябрь	19	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Гимнастика (акробатические упражнения)	спортзал	ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ игра

						Кувырки назад в группировке.:		
24	ноябрь	25	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Гимнастика (развитие силовых способностей и силовой выносливости). Прыжки через скакалку. Упражнения на гимнастической стенке.	спортзал	Тест-контроль
25	ноябрь	26	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Баскетбол. Техника нападения	спортзал	Тест-контроль
26	декабрь	2	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Баскетбол. Техника нападения	спортзал	соревновательный
27	декабрь	3	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Гимнастика (развитие силовых способностей и гибкости) Наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на полу.	спортзал	ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ
28	декабрь	9	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Техника нападения	спортзал	Тест-контроль
29	декабрь	10	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Техника нападения	спортзал	Тест-контроль
30	декабрь	16	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Гимнастика (развитие силовых способностей и гибкости.) Наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на полу..	спортзал	ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ
31	декабрь	17	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Техника защиты	спортзал	Тест-контроль
32	декабрь	23	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Техника защиты	спортзал	Тест-контроль
33	декабрь	24	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Техника защиты	спортзал	Тест-контроль

34	декабрь	30	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Беседа «Этапы развития комплекса ГТО ,зимние виды спорта Олимпийских игр.	спортзал	теория
35	январь	6	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Техника безопасности на лыжах. Передвижение скользящим шагом(без палок).	улица	ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ
36	январь	7	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Попеременный двушажный ход .Техника защиты	улица	ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ
37	январь	13	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Передвижение скользящим шагом(без палок). Игра «Аист».	улица	ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ
38	январь	14	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Подъемы и спуски с небольшого склона. Игра «Самокат» .	улица	ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ
39	январь	20	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Одновременный одношажный и бесшажный ход. Дистанция 2 км. Игра «Самокат»	улица	ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ
40	январь	21	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Одновременный двушажный ход. Дистанция 2 км	улица	соревновательный
41	январь	28	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Бег на лыжах на отрезках 300— 500 м с соревновательной скоростью в режиме повторного способа выполнения.	улица	ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ
42	январь	29	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Поднимание туловища из положения лежа на спине. Правила	спортзал	ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ а

						выполнения упражнения.		
43	февра ль	3	14:30- 16:00	учебно- тренирово чное	2	Поднимание туловища из положения лежа на спине.	спортзал	ПЕДАГОГИЧЕ СКИЙ КОНТРОЛЬ
44	февра ль	4	14:30- 16:00	учебно- тренирово чное	2	Техника передвижения	спортзал	Тест-контроль
45	февра ль	10	14:30- 16:00	учебно- тренирово чное	2	Поднимание туловища из положения лежа на спине. (на время).	спортзал	соревнователь ный
46	февра ль	11	14:30- 16:00	учебно- тренирово чное	2	Техника передвижения	спортзал	Тест-контроль
47	февра ль	17	14:30- 16:00	учебно- тренирово чное	2	Техника передвижения	спортзал	ПЕДАГОГИЧЕ СКИЙ КОНТРОЛЬ
48	февра ль	18	14:30- 16:00	учебно- тренирово чное	2	Техника передвижения	спортзал	ПЕДАГОГИЧЕ СКИЙ КОНТРОЛЬ
49	февра ль	24	14:30- 16:00	учебно- тренирово чное	2	Инструктаж по технике безопасности. Прыжки в длину с разбега. Прыжки через небольшие препятствия.	спортзал	теория
50	февра ль	25	14:30- 16:00	учебно- тренирово чное	2	Прыжки.. Сочетание разбега, отталкивания и прыжками. Группировка и приземление	спортзал	ПЕДАГОГИЧЕ СКИЙ КОНТРОЛЬ
51	март	3	14:30- 16:00	учебно- тренирово чное	2	Развитие прыгучести. Прыжки избранным способом с индивидуальны м подбором разбега	спортзал	ПЕДАГОГИЧЕ СКИЙ КОНТРОЛЬ
52	март	4	14:30- 16:00	учебно- тренирово чное	2	Тактика нападения	спортзал	Тест-контроль

53	март	10	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Специальные прыжковые упражнения, прыжки на результат	спортзал	соревновательный
54	март	11	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Групповые действия	спортзал	Тест-контроль
55	март	17	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Прыжки в длину с места .	спортзал	соревновательный
56	март	18	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Групповые действия	спортзал	игра
57	март	25	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Спортивные игры на развитие скорости и прыгучести	спортзал	соревновательный
58	март	26	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Спортивные игры на развитие быстроты и ловкости	спортзал	Тест-контроль
59	апрель	1	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Командные действия	спортзал	Тест-контроль
60	апрель	7	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	Командные действия	спортзал	Тест-контроль
61	апрель	8	14:30-16:00	учебно-тренировочное	2	«Путешествие по стране ГТО» Выполнять отдельные упражнения комплекса ГТО в игровой форме. Создавать положительное отношение школьников к комплексу ГТО, мотивировать к участию в спортивно - оздоровительно й деятельности. (Урок - соревнование)	спортзал	соревновательный

62	апрел ь	14	14:30- 16:00	учебно- тренирово- чное	2	Баскетбол. Командные действия	спортзал	Тест-контроль
63	апрел ь	15	14:30- 16:00	учебно- тренирово- чное	2	Баскетбол Командные действия	спортзал	Тест-контроль
64	апрел ь	21	14:30- 16:00	учебно- тренирово- чное	2	Баскетбол Тактика защиты	спортзал	игра
65	апрел ь	22	14:30- 16:00	учебно- тренирово- чное	2	Баскетбол Тактика защиты	спортзал	соревнователь ный
66	апрел ь	28	14:30- 16:00	учебно- тренирово- чное	2	Баскетбол Тактика защиты	спортзал	игра
67	апрел ь	29	14:30- 16:00	учебно- тренирово- чное	2	Баскетбол Тактика защиты	спортзал	игра
68	май	5	14:30- 16:00	учебно- тренирово- чное	2	Тактика защиты	спортзал	игра
69	май	6	14:30- 16:00	учебно- тренирово- чное	2	Баскетбол Тактика защиты	спортзал	игра
70	май	12	14:30- 16:00	учебно- тренирово- чное	2	«Путешествие по стране ГТО» Выполнять отдельные упражнения комплекса ГТО в игровой форме. Создавать положительное отношение школьников к комплексу ГТО, мотивировать к участию в спортивно - оздоровительно й деятельности. (Урок - соревнование)	спортзал	соревнователь ный
И тог о:							70 ч	